

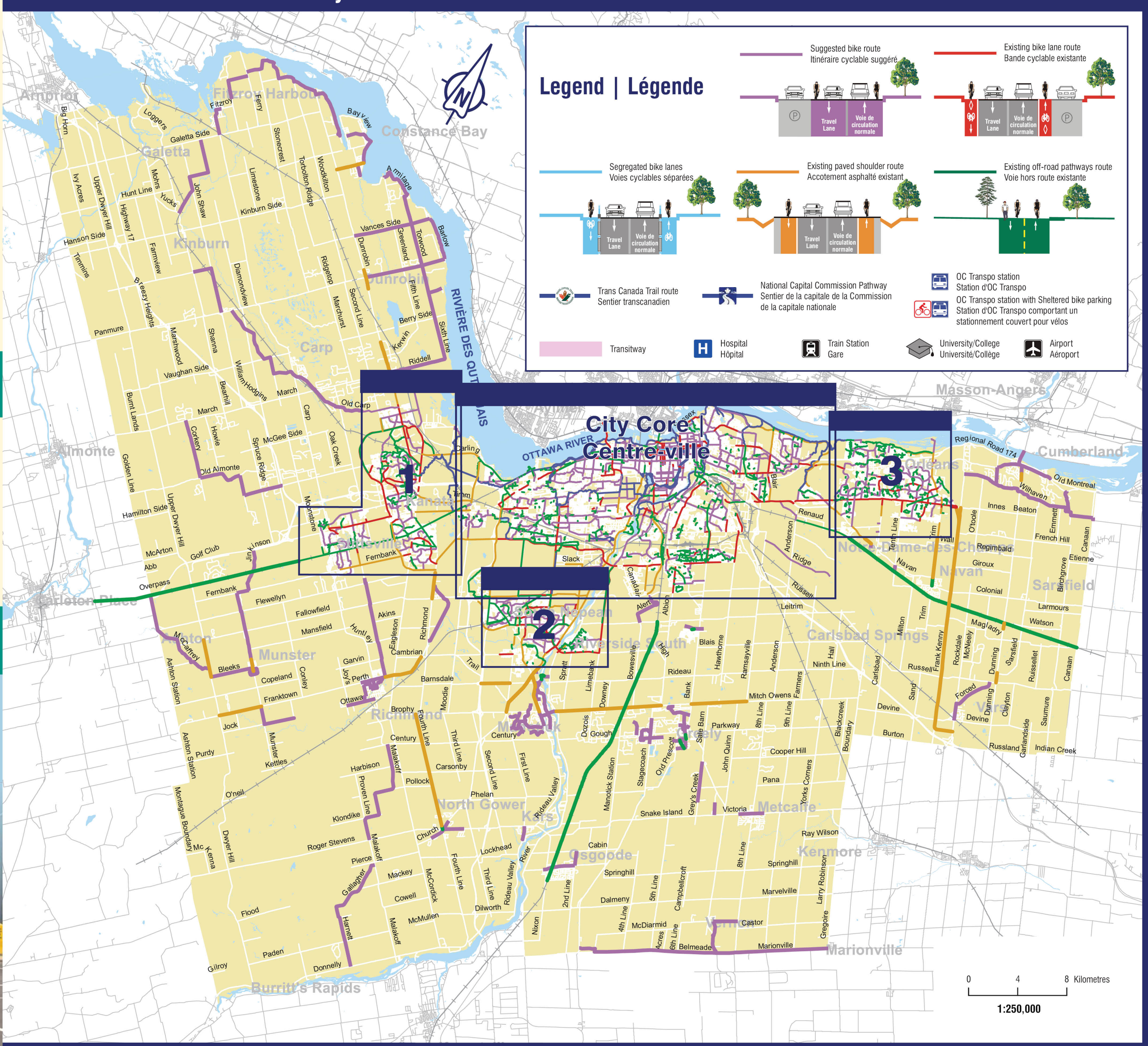
This Cycling Map is produced by the City of Ottawa's Travelwise program. Travelwise is a City of Ottawa program designed to increase awareness of the choices that local residents have in getting around our city, by offering viable alternatives to driving and providing better, more accessible information about those alternatives. Travelwise works with local employers, schools, community groups and the general public to make various travel options more attractive than driving alone. These options include cycling, walking, inline skating, running, public transit and carpooling.

For more information on these options, please visit the City of Ottawa's Travelwise website at ottawa.ca/travelwise or email travelwise@ottawa.ca or call 3-1-1. To admit comments or suggestions regarding this Cycling Map to report a road hazard please call 3-1-1.

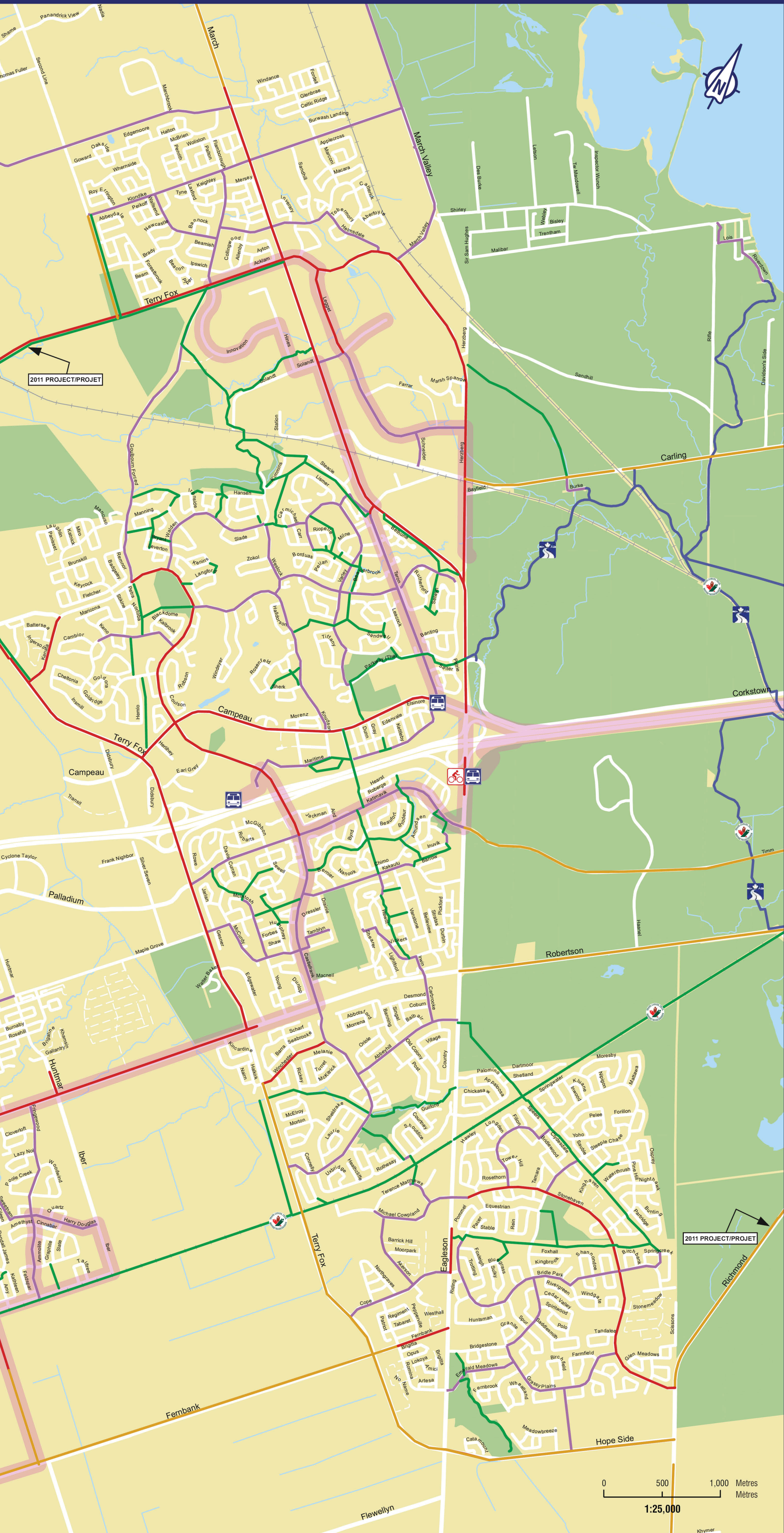
Pour obtenir plus d'information sur ces divers modes de transport, veuillez consulter le site Web de SageVirage sur le portail de la Ville d'Ottawa ottawa.ca/travelwise. Vous pouvez aussi communiquer avec les responsables du programme par courriel à travelwise@ottawa.ca ou téléphoner au 3-1-1.

Pour nous faire part de vos commentaires ou suggestions concernant la Carte du vélo ou pour signaler un danger routier, veuillez téléphoner au 3-1-1.

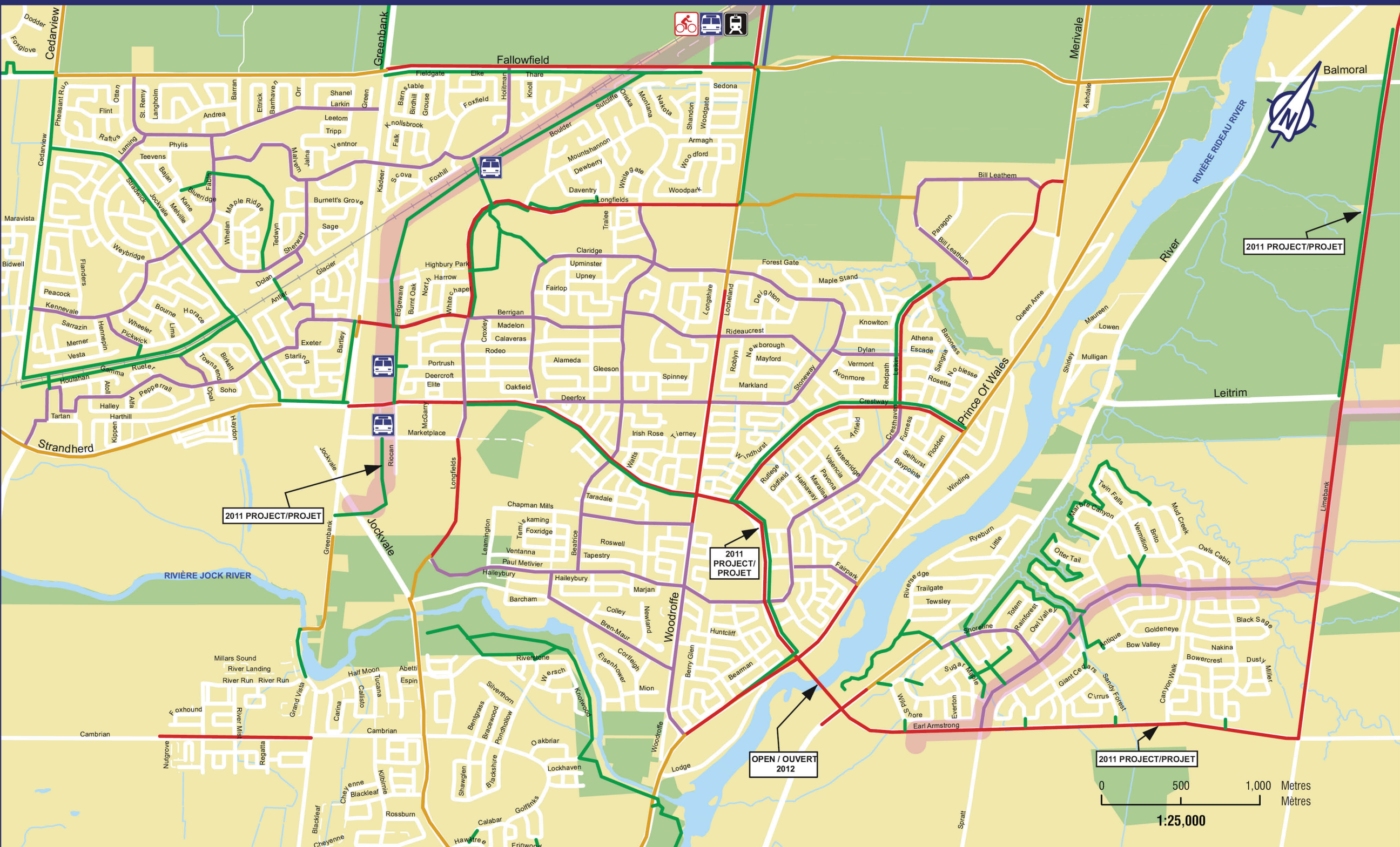
City of Ottawa rural bike network and key map | Réseau cyclable en milieu rural de la Ville d'Ottawa et carte-index



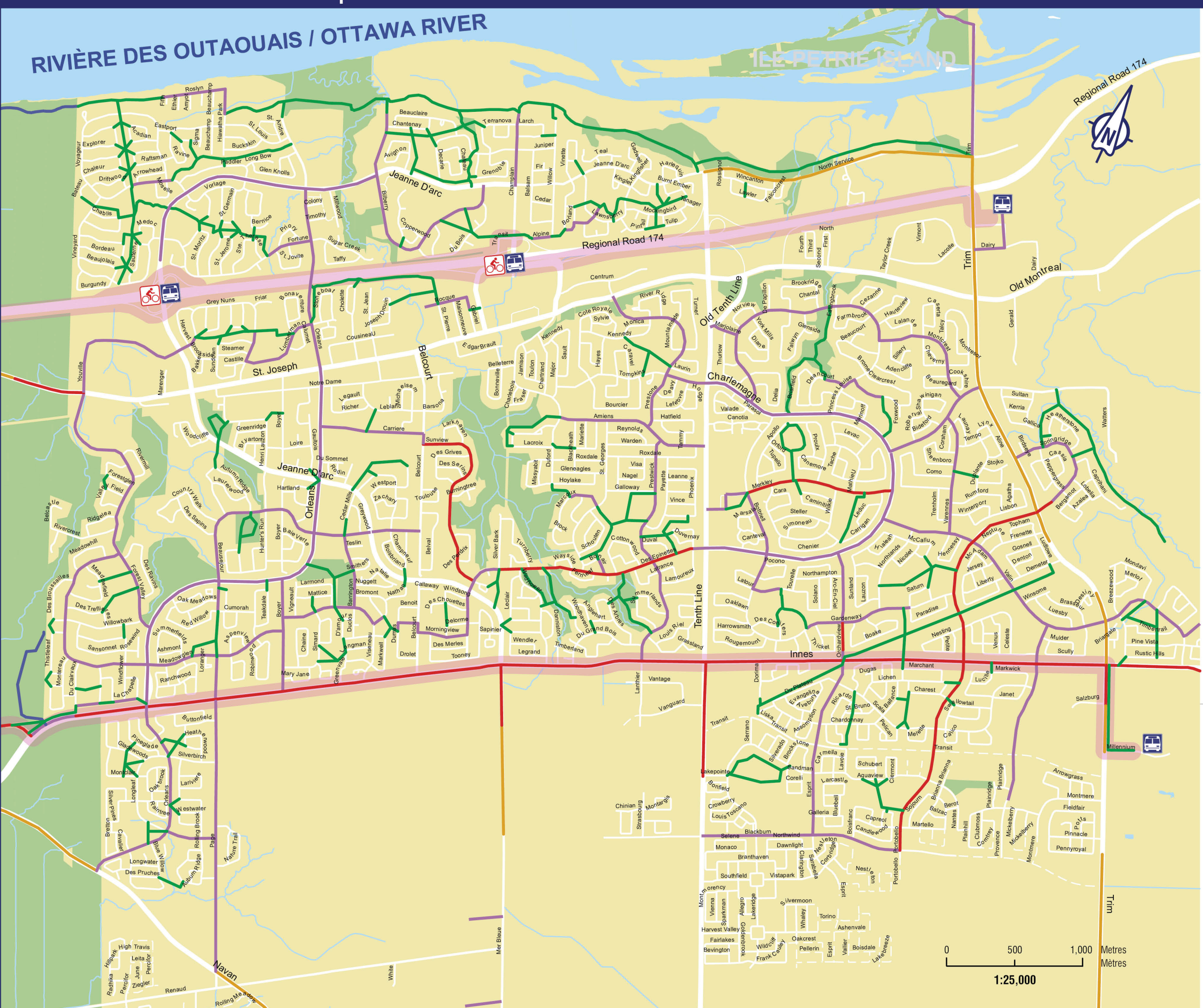
1 Kanata and Stittsville | Kanata et Stittsville



2 Barrhaven and Riverside South | Barrhaven et Riverside-Sud



3 Orleans and Cumberland | Orléans et Cumberland



Our sponsors | Nos commanditaires



Suggested Price / Prix de vente suggéré: \$2.00 / 2,00 \$

Cycling Map 2011 | Carte du vélo 2011



Information and Contacts | Renseignements et services à contacter

City of Ottawa: General city information
 Web Address: ottawa.ca
 Phone: 3-1-1

Ottawa police service
 OttawaPolice.ca
 Reporting a collision (non-emergency or theft): 613-236-1222

Emergency Services
 Police, Fire, Ambulance (for emergency assistance only): 9-1-1

National Capital Commission: Pathway patrol
 While on the pathways, watch for the pathway patrollers. These volunteers work to make your outing safe and enjoyable. They can provide directions, information, first aid, emergency care and basic emergency equipment repairs.
 Emergency National Capital Commission 24-hour emergency assistance: 613-239-5353

Information
 For information on the mixed-use pathways or other attractions in Canada's Capital Region: 613-239-5000, 1-800-465-1887

Suggestions or complaints
 613-239-5555 or National Capital Commission Urban Lands and Transportation Division 40 Glyn Street, Ottawa, Ontario K1P 1C7

City of Ottawa: Renseignements généraux sur la Ville
 Site Web: ottawa.ca
 Téléphone: 3-1-1

Application des règlements sur le stationnement
 Pour signaler un véhicule stationné dans une voie cyclable: Services des règlements municipaux: 3-1-1

Service de police d'Ottawa
 OttawaPolice.ca
 Pour signaler une collision - situation non urgente - ou un vol: 613-236-1222

Services d'urgence
 Police, pompiers, ambulance (pour obtenir une aide d'urgence seulement): 9-1-1

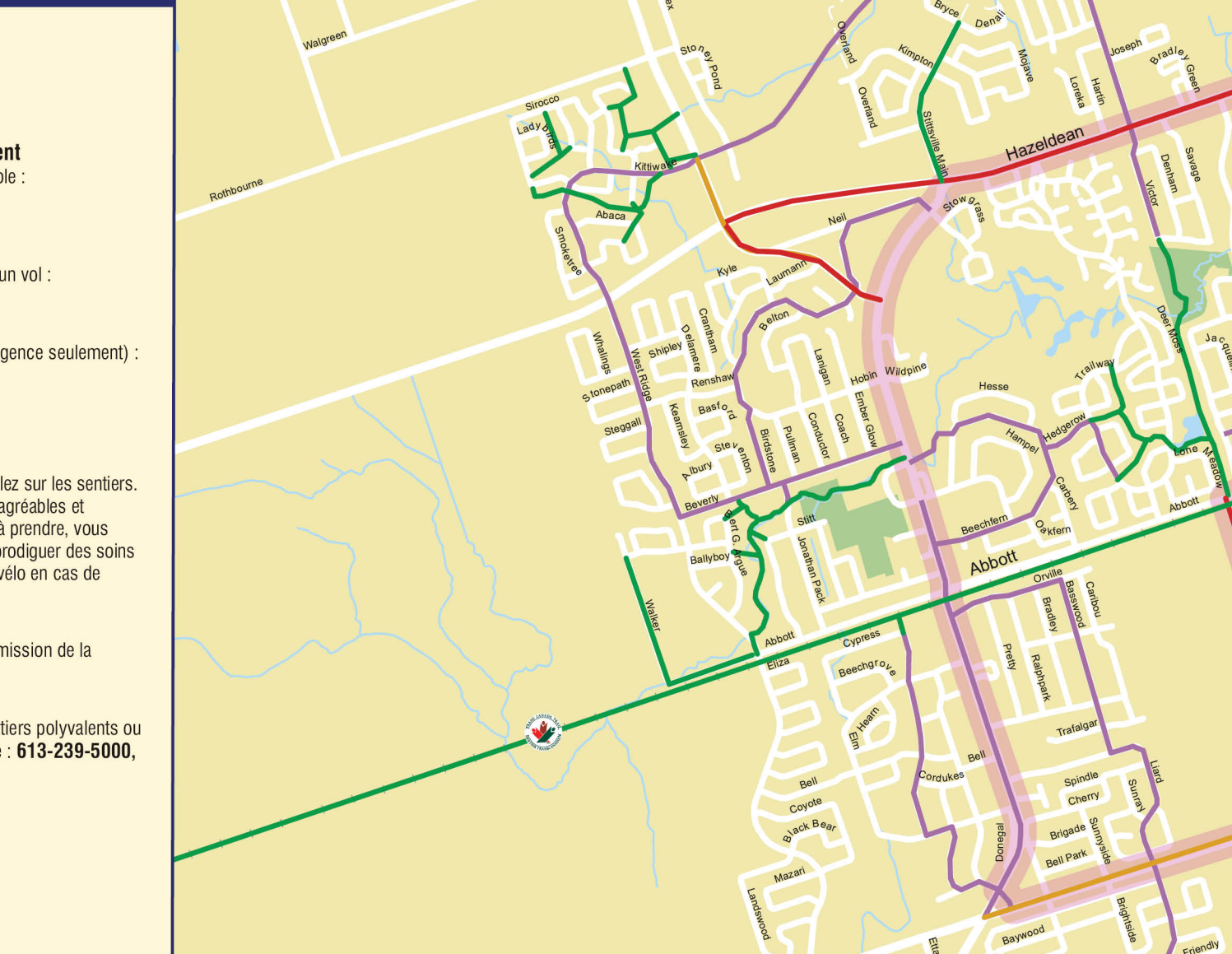
Commission de la capitale nationale: Patrouille des sentiers
 Sur votre itinéraire, le personnel des patrouilleurs quand vous circulez sur les sentiers. Ces bénévoles travaillent pour rendre vos déplacements agréables et sécuritaires. Ils peuvent vous renseigner sur la destination à prendre, vous donner de l'information, administrer les premiers soins, produire des soins d'urgence et effectuer des réparations de base sur votre vélo en cas de pépin.

Urgence
 Service d'aide en cas d'urgence (pour un bruit de la Commission de la capitale nationale): 613-239-5353

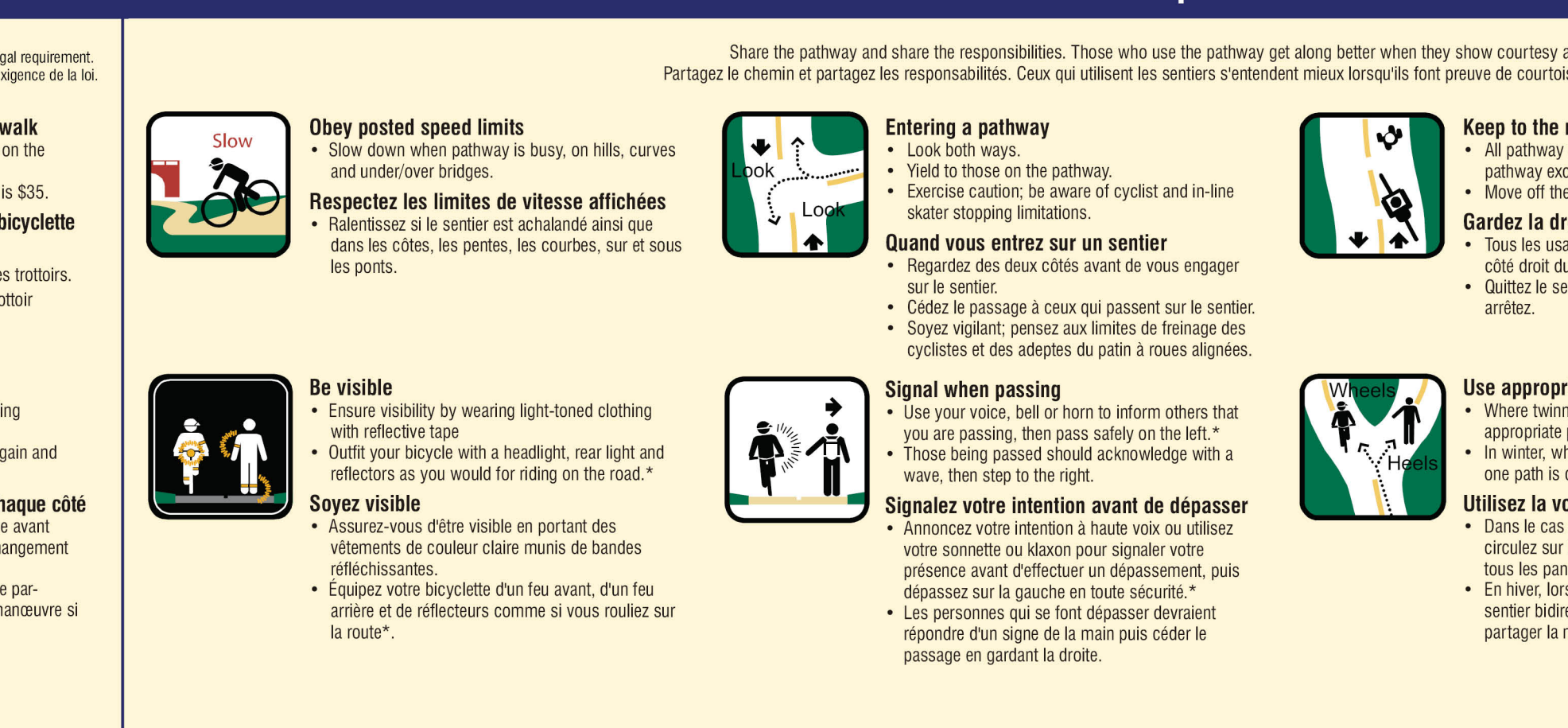
Information
 Pour obtenir de plus amples renseignements sur les sentiers polyvalents ou toute autre attraction de la région de la capitale nationale: 613-239-5000, 1-800-465-1887

Suggestions ou plaintes
 613-239-5555 ou Commission de la capitale nationale Division des terrains urbains et du réseau routier 40, rue Glyn, Ottawa, K1P 1C7

On-road | Circuits sur route



Off-road | Circuits hors route



Cycling and Transit | Cyclisme et transport en commun

Bicycles and OC Transpo have more in common than ever before. It's easy to park at almost any Transpo station and hop on a bus or train, or take it where you're using Rack & Roll.

Rack & Roll
 OC Transpo's Rack & Roll program lets you take your bike with you. More than 350 buses are equipped with front-mounted bike racks. Each rack holds two bikes and has easy loading and unloading features. Bicycles can also be easily wheeled into O-Train, which is at the same level as the platform. Be sure to enter the train door marked with the bicycles permitted sticker.

Vélo-bus
 The programme Vélo-bus d'OC Transpo permet aux usagers du transport en commun d'apporter leur bicyclette. Plus de 350 autobus sont équipés de supports frontaux. Chaque support permet d'installer et de récupérer facilement deux vélos.

Be alert
 Watch for slippery surfaces covered by ice, loose gravel or oil. Ring bell for others where visibility is restricted such as on hills, turns and in tunnels. Use appropriate path. When limited sections of pathway exist, use the appropriate path. Obey all signs. In winter, where pathways are limited and only one path is clear, all users must share the path. In winter, long-pneum tire shoes are not allowed on a path. In winter, long-pneum tire shoes are not allowed on a path. In winter, long-pneum tire shoes are not allowed on a path.

Sharing the path | Partageons nos sentiers

Keep to the right
 Yield to pedestrians and slower moving traffic ahead when passing. Slow down when there are lots of users on the path.

Gardez la droite
 Cédez le passage aux piétons et aux usagers qui se déplacent plus lentement, sauf pour doubler. ralentissez si les sentiers sont très achalandés.

Use your path
 Don't take an undesired walking or running path. Utiliser les voies autorisées pour le cyclisme.

Be careful at crossings
 Look both ways. Cyclists yield to through traffic at intersections. Pedestrians have the right of way. Postpone: exercise caution. Be aware that cyclists and skaters need lots of room to stop.

Be careful at intersections
 Look both ways. Cyclists yield to through traffic at intersections. Pedestrians have the right of way. Postpone: exercise caution. Be aware that cyclists and skaters need lots of room to stop.

Use appropriate hand signals
 Shoulder check first. Use the appropriate hand signal. * This lets motorists and other cyclists know what you're doing.

Utilisez les signaux manuels appropriés
 Commencez par jeter un coup d'œil par-dessus votre épaule, puis utilisez le signal manuel approprié. * Ces signaux vous permettent de montrer vos intentions aux automobilistes et aux autres cyclistes.

See and be seen
 Use a strong white headlight and rear light at night or when visibility is poor. Use bike reflectors* and reflective clothing. Establish eye contact to ensure motorists know you are there.

Assurez-vous de bien voir et d'être vu
 Munissez-vous d'un feu blanc puissant à l'avant et d'un feu rouge à l'arrière pour vos déplacements de nuit ou lorsque la visibilité est mauvaise. Installez des réflecteurs* sur votre vélo et portez des vêtements munis de bandes réfléchissantes. Établissez un contact visuel avec les automobilistes pour vous assurer qu'ils vous ont vu.

Share the road and share the responsibility for making your bike trip a safe one. Motorists and cyclists get along better when they show courtesy and consideration. Partagez la route et partagez la responsabilité de la sécurité de vos déplacements à vélo. Les automobilistes et les cyclistes cohabitent mieux lorsqu'ils font preuve de courtoisie et de considération les uns envers les autres.

Share the pathway and share the responsibility. Those who use the pathway get along better when they show courtesy and consideration towards one another. Partagez le sentier et partagez la responsabilité. Ceux qui utilisent les sentiers s'entendent mieux lorsqu'ils font preuve de courtoisie et de considération les uns envers les autres.